

A családom helyzete már kétségbeejtő volt, mikor az Al-Anonnal kapcsolatba kerültem.

Édesapám több, mint harminc évig tartó italozása után olyan fizikai állapotba került, hogy az életéért aggódtunk. Szörnyű volt azzal a gondolattal felkelni minden reggel, hogy az alkohol megöli őt. Nem látszott kiút a reménytelen helyzetből, tehetetlenül néztem a szenvedéseit, és én is szenvedtem.

Ekkor történt a csoda: az utolsó pillanatban jelentkezett egy terápiára, ahol az Anonim Alkoholisták Tizenkét Lépésén alapuló programjának köszönhetően kezdett felépülni, én pedig az Al-Anon gyűléseken, az alkoholisták hozzátartozói között kezdtem gyógyulni.

Hogy erre miért volt szükség, ha az édesapám már nem iszik?

Sok lelki sebet kaptam gyermekként az alkohol romboló hatása miatt. Az Al-Anonban került minden a helyére, ami gyerekfejjel zűrzavaros volt, és itt értettem meg, fogtam fel a betegség természetét. Ráébredtem, hogy mindez nem miattam történt, nem a személyemnek szólt, és meg tudtam bocsátani a sok sérelmet.

Azóta gyökeresen megváltozott az életünk, édesapám tíz éve józan. Nagyon jó a kapcsolatunk, mindenben számíthatunk egymásra, ami előtte elképzelhetetlen volt.

Ha tehetem, eljárrok a gyűlésekre, mert az itt tanultak, hallottak nem csak az alkoholizmus kezelésében segítenek, hanem életem minden területén: a párkapcsolatomban, a családi, baráti kapcsolataimban is meg tudom oldani a problémákat, nehézségeket.

Eszter